



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
27.02.2025г.

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких



Наименование блюда	Масса порции	Жиры г	углевод ы г	Энергетическая ценност ь г	Наименование блюда	масса порци и	белки г	жиры г	углевод ы г	энергет ическая ценност ь г	
Завтрак					Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180/4	6,2	7,2	30,0	210,2	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160/4	5,4	6,8	26,7	191,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/7	2,4	6,6	15,4	131,3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,2	11,8	110,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,3	3,4	15,8	107,7	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,4	2,5	11,9	79,8
Итого за прием пищи:		11,9	17,2	61,2	449,2	Итого за прием пищи:		9,6	15,5	50,4	381,2
II Завтрак					II Завтрак						
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,8	47	ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,8	46,9
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,8	47	Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,8	46,9
Обед					Обед						
ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,7	1,9	4,2	38,5	ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,6	1,6	3,5	32,0
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,5	6,7	16,9	144,2	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150/5	1,9	5,1	12,7	107,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	12,5	12,4	18,1	235,8	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	10,1	10,0	16,1	195,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,3	0,4	21,3	102,7	ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	8,7	34,8	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/8	0	0	8,1	32,2
Итого за прием пищи:		19,0	21,4	69,2	556,0	Итого за прием пищи:		14,6	17,0	53,1	428,2
Полдник					Полдник						
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,7	40,5	229,0	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,0	4,1	37,2	207,2
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,1	54,4	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	170/11	0,1	0	11,0	45,9
Итого за прием пищи:		6,4	4,7	53,6	283,4	Итого за прием пищи:		6,1	4,1	48,2	253,1
Ужин					Ужин						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА С ГОРОШКОМ ЗЕЛЕНЬЮ	40/2	0,6	2,4	2,7	34,7	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА С ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ	30/2	0,6	1,7	2,8	29,2
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	11,5	7,5	2,6	124,2	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	11,6	7,8	2,9	128,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	45	3,6	0,3	23,7	111,6	ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,12	0	10,94	44,03	ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,12	0	10,74	43,33
Итого за прием пищи:		15,82	10,2	39,94	314,53	Итого за прием пищи:		15,32	9,7	35,94	293,23
Всего за день:		53,52	53,9	233,74	1650,13	Всего за день:		46,02	46,7	197,44	1402,63

Стоимость 179 руб

Стоимость 179 руб